

TRABAJO FIN DE GRADO
GRADO DE MAESTRO EN EDUCACIÓN
PRIMARIA

CURSO ACADÉMICO 2019/2020

**La Expresión Corporal y las danzas como
recurso de enseñanza-aprendizaje: beneficios
en el alumnado más tímido e introvertido**

Body Expression and dances as a teaching-
learning resource: benefits for the most shy and
introverted students

Autora: Cristina Barrero Bernardo

Director: Pablo Cantera Mesones

JUNIO 2020

Resumen

Las diferentes formas de enseñar de los docentes y las diferentes formas de aprender del alumnado conforman un entramado de procesos acuñados bajo el término de estilos de enseñanza-aprendizaje. Desde la educación se quiere conseguir que los discentes se desarrollen de una manera integral, de manera que la Educación Física es una de las áreas que más se centra en este aspecto, puesto que trata de conseguir ese pleno desarrollo en base a cuatro canales: físico, cognitivo, emocional y social.

Para poder generar un aprendizaje significativo, es de vital importancia otorgar a nuestro alumnado un papel activo en su propio proceso constructivo de aprendizaje. Sin embargo, como docentes, lo importante es conocer la gran diversidad de estilos y métodos de enseñanza que hay, desde los más tradicionales, hasta los más globales, y utilizar unos u otros, en función de las actividades a realizar.

El objeto de investigación es observar cómo la Expresión Corporal y las Danzas, uno de los contenidos menos desarrollados en los centros educativos por su complejidad, conceden en realidad un gran protagonismo al alumnado. Estas actividades presentan un sinnúmero de beneficios para el alumnado en todos los niveles, pero, sobre todo, como hemos podido comprobar en la investigación, a nivel emocional y social, ayudando a los discentes más tímidos e introvertidos a desinhibirse y a aumentar su autoestima.

Palabras clave: Estilos de enseñanza-aprendizaje, Educación Física, desarrollo integral, Expresión Corporal, danzas, desinhibición, autoestima.

Abstract

The different ways of teaching by teachers and the diverse modes of learning by learners make up a scheme of processes coined under the term of teaching-learning styles. From education, the aim is to ensure that students develop in a comprehensive development, so that Physical Education is one of the areas that focuses most on this aspect, since it tries to achieve that integral development based on four channels: physical, cognitive, emotional and social.

In order to generate significant learning, it is of vital importance to give our students an active role in their own constructive learning process. In spite of that, as educators, the crucial thing is to know the great variety of styles and teaching methods, from the most

conservative to the most complete and to use one or the other, depending on the activities to be carried out.

The scope of the research is to observe how the Corporal Expression and the Dances, one of the least developed contents in the schools because of its complexity, grant actually a great prominence to the student body. These activities have endless amount of benefits for students at all levels, but above all, as we have seen in the research, on an emotional and social level, helping the most shy and introverted learners to remove inhibitions and to increase their self-esteem.

Key words: Teaching and learning styles, Physical Education, integral development, Corporal Expression, dances, lack of inhibition, self-esteem.

ÍNDICE

1. Introducción	4
2. Justificación.....	5
3. Fundamentación teórica	6
3.1. Aprendizaje	6
3.2. Métodos de enseñanza	8
3.3. Estilos de enseñanza-aprendizaje	10
3.3.1. Estilos de enseñanza	10
3.3.2. Estilos de aprendizaje	12
3.4. Expresión corporal y danzas.....	14
3.5. Proceso de enseñanza-aprendizaje de la Expresión Corporal y las danzas.....	17
4. Investigación	19
4.1. Explicación del trabajo.....	19
4.2. Contextualización	20
4.3. Participantes	21
4.4. Organización.....	22
4.4.1. Materiales	22
4.4.2. Los espacios	23
4.4.3. Temporalización	23
4.5. Metodología.....	26
4.6. Objetivos	27
4.7. Hipótesis.....	28
4.8. Evaluación	28
4.8.1 Criterios de evaluación	28
4.8.2 Técnicas e instrumentos de evaluación.....	29
4.9. Datos	31
4.10. Análisis de datos	32
5. Resultados y conclusiones	35
6. Bibliografía.....	36

1. Introducción

La educación física trata de conseguir un desarrollo integral de todo el alumnado atendiendo a cuatro canales de desarrollo: físico, cognitivo, emocional y social (Mosston, 1978). En relación con Ommo Gruppe (1965) tenemos unas reflexiones sobre la didáctica de la Educación Física que son el motor de la pedagogía basada en esta área, *“Tenemos, pues, que el sentido de la EF se halla siempre en objetivos que caen fuera de la que es su finalidad inmediata: en una salud concebida éticamente, en una estética de corte ético, en cuanto de naturalidad, coraje y belleza, y en una conducta auténtica, junto con las experiencias que ésta lleva apareadas. [...] Para ello, el juego y su compañero inseparable, el instinto recreativo, tienen que vitalizar con su savia los planes objetivos y educativos”*. Los aprendizajes en los que los discentes se van forjando son fruto de procesos de enseñanza-aprendizaje variados, con múltiples posibilidades, donde cobra especial importancia el proceso, no tanto el resultado y prima el juego y la recreación, más que los puros aprendizajes técnicos.

Esta educación integral de la persona se hace realidad a través de los procesos de enseñanza-aprendizaje. Es importante incidir en que se trata de un proceso, no son actos, acciones, situaciones o movimientos sujetos a un espacio o a un tiempo, sino que son procesos cambiantes, vivos y permanentes. En este sentido, para que estos procesos tengan estas características, la educación física hace uso de estilos, técnicas y métodos de aprendizaje, entre otros muchos recursos, para potenciar en el alumnado un aprendizaje significativo. El objetivo de estos estilos es buscar una enseñanza, lo que M.A. Delgado (1991) define como: *“Una actividad intencional diseñada para dar lugar al aprendizaje de los alumnos.”* De esta manera, lo que pretendemos es que nuestro alumnado aprenda gracias a diferentes estrategias y recursos, los cuales usaremos en función de la tarea a realizar.

En última instancia, haciendo referencia a los cuatro canales de desarrollo, haremos hincapié en el desarrollo emocional y social del alumnado, ya que se hará una investigación centrada en el Bloque 3. *“Los juegos y actividades expresivas y deportivas”*. El objeto de estudio de la investigación es investigar sobre cómo un contenido de este bloque ayuda al alumnado más introvertido a desinhibirse y a ganar confianza en sí mismo.

2. Justificación

La educación física cuenta con una variedad de estilos de enseñanza-aprendizaje que se van utilizando de diferente manera en función de los contenidos a trabajar en las sesiones. Por eso, el docente especialista en esta área ha de ser conocedor de todos estos estilos, constatados en diversas investigaciones a lo largo de un extenso periodo, para hacer un uso eficaz de estos y conseguir un aprendizaje significativo en su alumnado. De esta manera, una de las premisas principales es conceder al alumno un papel activo en el proceso de enseñanza-aprendizaje, siendo él el protagonista de estos procesos. Sin embargo, muchas veces se encuentran muchas dificultades para otorgar este papel activo a los discentes, pasando estos a tener un papel pasivo en su educación.

De este modo, en esta investigación se ha escogido un contenido del área de Educación Física, en concreto, del bloque 3, sobre Expresión Corporal. La Expresión Corporal, según Muñoz (2008) es “Aquella técnica, que, a través del cuerpo, trata de interpretar las sensaciones y sentimientos”. Es un contenido que tiene mucha importancia a diferentes niveles para el alumnado, puesto que trabaja una gran variedad de habilidades y destrezas a nivel físico, cognitivo, emocional y social. En cambio, es uno de los contenidos menos trabajados por los docentes en los centros escolares, debido a su gran complejidad y a la falta de preparación y especialización en este ámbito. “En este ámbito, la vivencia es fundamental y la metodología es más compleja, siendo por ello, por lo que presenta más dificultad en que el profesorado puede llevarla a cabo con unos estándares de calidad” (Montávez, 2011. Citado por Ramos, Cuéllar y Jiménez, 2012, pág. 3).

La expresión corporal, es uno de los contenidos más completo y complejo en lo que al área de la Educación Física se refiere, por esa razón decidí basar mi investigación en este ámbito. Concretamente, la investigación se llevará a cabo para estudiar cómo aprenden los alumnos, cual es nuestro papel como docentes y qué estilos de enseñanza-aprendizaje utilizamos. Pero, sobre todo, se estudiará cómo ayuda este bloque a los alumnos más tímidos e introvertidos a desinhibirse, a fomentar las relaciones interpersonales con los demás y a ganar confianza en sí mismos y autoestima, gracias al trabajo con diferentes danzas folklóricas.

Finalmente, el reto está en garantizar y comprobar si el alumnado mejora todos los aspectos mencionados a todos los niveles, garantizando un aprendizaje significativo y atendiendo a las necesidades particulares de cada alumno.

3. Fundamentación teórica

3.1. Aprendizaje

Tal y como plantean muchas investigaciones en ese ámbito, el aprendizaje es un proceso por el cual incorporamos información nueva y cuyo resultado se puede ver a nivel conductual y a nivel cognitivo. Desde el punto de vista constructivista, que tiene sus orígenes a raíz de la Teoría Constructivista de Jean Piaget, se habla de la importancia de un papel activo en el alumnado, siendo este el protagonista del largo proceso. El alumno, desde este enfoque, es un constructor y productor de su aprendizaje y el docente es un mero guía en el proceso. Las actuales leyes de educación optan por un modelo constructivista y uno de los principales objetivos que sostienen es conceder al alumnado este rol, dejando atrás concepciones tradicionales donde el docente es el único experto y facilitador de contenidos y de conocimientos. El docente, en este caso, conoce y domina a la perfección el área y ejerce un control sobre la conducta del discente por la autoridad que le confiere dicho conocimiento, pasando el alumno a tener un papel pasivo y a reproducir los conocimientos facilitados por el docente (Contreras, De la Torre y Velázquez, 2001 cit. por Gómez Rijo, 2010).

A pesar de que las Leyes de Educación y que las numerosas investigaciones y teorías afirmen y propongan que lo ideal para la educación de los niños es que ellos tomen el control y tengan un papel activo en su educación, la visión técnica y tradicional del docente ha soslayado esta concepción. De esta manera, actualmente la visión de la enseñanza unidireccional, basada en enseñar de manera técnica y memorística a los alumnos, concebidos estos como “recipientes” a llenar de información, sigue teniendo lugar en los centros escolares.

De este modo, la visión constructivista de la que hemos hablado anteriormente desde una visión general de la educación, también se puede aplicar en el área de Educación Física. Se concibe la escuela como facilitadora del desarrollo personal y social del alumnado, y en concreto, el área de educación física como una oportunidad de vital importancia para desarrollar todos los canales de desarrollo de los niños: motriz, cognitivo, emocional y social, citados ya con anterioridad. En ese sentido el alumnado, en la medida de lo posible, a través de actividades que se lo permitan, será el protagonista de su proceso educativo, y el profesor progresivamente, le irá dando más autonomía, como se expondrá más adelante en base a los estilos de enseñanza-aprendizaje de Mosston.

La naturaleza social del aprendizaje es una de las bases del constructivismo, pero también lo es de la Educación Física, puesto que en este ámbito los niños necesitan relacionarse continuamente con sus compañeros, consecuentemente, aprenden unos de otros, potenciándose así un aprendizaje entre iguales. En este espacio de interacción los alumnos deben aprender a convivir y a manejarse en su entorno social, intentando entenderse con sus compañeros y con el profesor. Esta es la verdadera naturaleza social del aprendizaje en Educación Física, donde el aprendizaje se construye en la relación entre uno mismo, el entorno y los demás (Gómez Rijo, 2010).

Por tanto, en esta área no podemos obviar la función del docente, ya que entra en juego el canal motriz, por lo que la intervención docente es oportuna, puesto que el cuerpo y el movimiento son las bases pedagógicas. Desde este enfoque constructivista, el alumno debe saber en todo momento qué hace, por qué lo hace y el profesorado ha de facilitar las condiciones para qué se de esta situación, lo que va a facilitar y potenciar una progresiva autonomía en el aprendizaje (Contreras, De la Torre y Velázquez, 2001 cit. en Gómez Rijo, 2010).

Sin embargo, la realidad es muy distinta y este método activo de enseñanza queda apagado por la luz del método tradicional, siendo completamente antagónico a lo anteriormente planteado. A pesar de que el método tradicional de *orden y mando* es lo contrario a lo que se pretende en la educación, se sigue utilizando como método para la enseñanza de la Educación Física. En este sentido, el proceso de enseñanza-aprendizaje puede darse desde una perspectiva totalmente de mandato y orden por parte del profesor, hasta una perspectiva de completa libertad y autonomía del alumnado en la resolución de diferentes actividades. Esto son los llamados estilos de enseñanza-aprendizaje. Cada estilo de enseñanza-aprendizaje favorece más o menos, no sólo el avance en cada uno de los cuatro canales, sino también en aspectos concretos más específicos de cada canal mencionado anteriormente. De este modo, cada tarea puede verse enseñada desde estilos diferentes, que desembocará en resultados de aprendizaje distintos según el estilo de enseñanza utilizado (Gutiérrez López, 20--).

3.2. Métodos de enseñanza

Empezando desde una perspectiva más general, hablaremos en primer lugar de los métodos de enseñanza. El concepto de *método* ha sido acuñado por numerosos autores y al repasar la literatura, se puede observar cierta confusión conceptual. Siguiendo a M.A. Delgado, el método “Es un conjunto de momentos y técnicas, lógicamente coordinadas, para dirigir el aprendizaje del alumno hacia determinados objetivos”. El método es una forma genérica de hablar, que engloba a una serie de estrategias que seguimos para conseguir unos objetivos de enseñanza. Sin embargo, de acuerdo con D. Blázquez, cuando se dice que los métodos son un medio para conducir un fin y que el método es aquel que nos conduce a los mejores resultados, es como reducir la educación a términos de rendimiento y competición. De esta manera, se deja de lado la verdadera importancia del proceso educativo, centrándose solo en los resultados de la acción educativa y la consecución de los objetivos planteados (Blázquez, 1982).

Siguiendo con este autor, los métodos de la enseñanza de la Educación Física los podemos ver desde dos grandes perspectivas: los métodos tradicionales o analíticos y los métodos activos o globales. En cambio, no podemos ver la educación física desde esas dos únicas perspectivas, sino que debemos tener en cuenta diferentes factores de la actividad motriz que nos conducirán a llevar a cabo un método u otro.

Estas variables de la actividad motriz que debemos tener en cuenta son las siguientes:

- ❖ Los **componentes del acto motor** son aquellos aspectos sobre los que se estructura cualquier movimiento.
- ❖ El **medio** en el que se desarrolla la acción.
- ❖ Los **objetos** que pueden ser utilizados: el material induce a una infinita variación de las respuestas.
- ❖ Los **canales de comunicación** que se establecen: las relaciones intra e intergrupales influyen en la forma en que se realiza cada respuesta motriz.

Todos estos factores externos condicionan de alguna manera la acción motriz, pero, la más importante del proceso educativo, es la consigna o instrucción que ofrece el docente. El mensaje o instrucción que da el docente y la manera en la que lo hace modifica el contexto didáctico y es la detonante que establece un método u otro (D., Blázquez, 1982).

Otra de las aportaciones en este ámbito viene dada de la mano de Sánchez Bañuelos (citado en Revista Digital para los profesionales de la enseñanza) que ofrece una clasificación clara y precisa de los métodos de enseñanza en educación física.

En función de la **participación** del alumno nos encontramos dos métodos:

- **Método Inductivo.** El alumno adquiere un papel activo, por lo que el maestro plantea un problema y el alumno debe encontrar la forma de realizarlo de manera autónoma.

Este modelo es el método activo o global.

- **Método deductivo.** El discente actúa de forma pasiva. El maestro dice en todo momento cómo debe actuar, cuando comenzar, y cuándo parar, los pasos a seguir... Además, ofrece un modelo a seguir que los alumnos deberán reproducir, por lo que el alumno (pasivo) escucha y ejecuta la orden.

Este modelo es el método tradicional o analítico.

En función del **carácter general** de la enseñanza, tenemos:

- **Aprendizaje sin error.** Se le da más importancia al resultado y no al proceso.
- **Aprendizaje ensayo - error.** Se le da más importancia al proceso, por lo que el alumnado va aprendiendo de manera autónoma de los errores que cometiendo.

En función del tipo de **instrucción o consigna** ofrecida al alumnado:

- **Enseñanza mediante la Instrucción Directa.** En este caso el docente opta por dar al alumno una información directa sobre la solución.
- **Enseñanza mediante la búsqueda.** Es un método centrado en el alumno como protagonista de su propio aprendizaje, el cual tiene que descubrir por sí mismo la solución a lo que el docente ha planteado.

Teniendo en cuenta todas estas variables en función de las actividades motrices que queramos llevar a cabo en las sesiones utilizaremos un método u otro, que inevitablemente nos llevará a utilizar un estilo de enseñanza diferente. El Estilo de Enseñanza adoptado por el profesorado condiciona la relación de éste con los distintos elementos de la acción didáctica, de forma que marca las propias relaciones entre los mismos. Un profesor eficaz deberá dominar los diferentes estilos de enseñanza y saber cómo aplicarlos, habiendo hecho previamente un análisis de la situación.

3.3. Estilos de enseñanza-aprendizaje

3.3.1. Estilos de enseñanza

Mosston (1978) define los estilos de enseñanza como aquello que permiten mostrar cómo es la interacción entre el profesor y el alumno en la toma de decisiones del proceso de enseñanza-aprendizaje, permitiendo que ambos tengan su rol correspondiente dentro del proceso. Más tarde, Delgado (1991) los define como la forma en que los elementos del proceso didáctico se relacionan, presentándose en el diseño instructivo y en cómo el profesor presenta e imparte la materia.

Los estilos de enseñanza son utilizados para aportar conocimientos a los alumnos de una forma más eficaz favoreciendo un aprendizaje significativo. Entre una de las clasificaciones más aceptadas por muchos autores en este ámbito, tenemos la clasificación de Mosston y Asworth (1993) proponen un espectro de estilos que van desde la máxima dependencia y responsabilidad del docente en su desarrollo, hasta la máxima implicación e importancia del papel de los alumnos, y son los siguientes:

- 1. Enseñanza basada en el comando.** El docente decide la tarea, la explica y demanda la ejecución, que no requiere ninguna decisión por parte del alumnado, tan sólo la ejecución lo más parecida posible a la que ha hecho el profesor. Constaría de cuatro elementos de enseñanza: Demostración, Explicación, Ejecución y Evaluación.
- 2. Enseñanza basada en la tarea.** El docente establece una tarea o series de tareas, las explica y demanda, pero es el alumno el que regula su cantidad, intensidad, o en ocasiones orden, o algún otro aspecto referido al cumplimiento de la tarea. Aunque en este caso, la evaluación corresponde al docente, el alumno vive un proceso de autoevaluación fruto de la toma de decisiones con respecto al volumen o la intensidad de la tarea a realizar.
- 3. Enseñanza recíproca: entre compañeros.** Se siguen proponiendo tareas por parte del docente, así como la organización de estas y, se aporta la demostración y explicaciones. Sin embargo, las ejecuciones ya se hacen por compañeros y durante las mismas uno ejerce de evaluador del otro. En este caso, el docente habrá tenido que aportar con claridad claves para que los niños puedan valorar la buena o mala ejecución de la tarea.
- 4. Grupos pequeños.** Es un estilo similar al anterior, pero dentro de estos pequeños grupos se redistribuyen diferentes roles, como, por ejemplo: el ejecutante, el

observador, el evaluador... Favorece mucho más el canal social y exige una mayor implicación y responsabilidad de los alumnos.

5. **Programas individuales.** Busca una enseñanza muy individualizada en la que el alumno es informado de las tareas a realizar, así como de los diferentes aspectos a tener en cuenta para su ejecución y evaluación. Es el quién se regula la actividad y quien se autoevalúa.
6. **Descubrimiento guiado.** El docente dinamiza una secuencia de tareas que generan posibles evoluciones, y propone al alumnado qué camino o evolución seguir para avanzar en el aprendizaje. El docente jamás aporta la respuesta, más bien dirige al alumno o al grupo en general a que encontrar la respuesta de una manera más evidente. Con este estilo se fomentan los procesos cognitivos aplicados al contenido del trabajado, una mayor participación por parte del alumnado y una muestra de interés mutuo entre el alumnado y el maestro. Es un estilo que favorece la reflexión grupal sobre la práctica y la asimilación colectiva de consecuencias de las actuaciones.
7. **Resolución de problemas.** Consiste en el planteamiento de un problema y los alumnos deben encontrar por su cuenta la solución o las soluciones posibles a ese problema, sin ser guiado por el docente. Se trata de un nivel más avanzado en cuanto a centrar la enseñanza en un mayor grado de responsabilidad sobre el discente. Favorece la creatividad, y es muy adecuado para trabajar contenidos en los que pueda ser positivo generar diferentes variantes o soluciones motrices.

Por su parte, Delgado (1994) clarifica algunos criterios de Mosston (1978), planteando una clasificación basándose en los objetivos y características propias de cada uno de los estilos (Rosa, A., García-Cantó, E., Pérez, J. J, 2019).

- **Tradicionales:** como el mando directo, la modificación del mando directo y la asignación de tareas. Estos se centran en el orden y en la ejecución de la tarea.
- **Individualizadores:** como el programa individual, trabajo por grupos, enseñanza modular y enseñanza programada. Parten de las capacidades del alumnado y priorizan sus necesidades, intereses y desarrollo de la autonomía.
- **Participativos:** como tutoría entre iguales, enseñanza recíproca, grupos reducidos y microenseñanza. Favorecen el desarrollo de la toma de decisiones, la autogestión y el aprendizaje cooperativo.

- **Socializadores:** como el trabajo colaborativo y la enseñanza recíproca. Se centran en la consecución de aprendizajes de tipo social.
- **Cognitivos:** como el descubrimiento guiado y la resolución de problemas. Promueven la indagación, la reflexión y la toma de decisiones.
- **Creativos:** Se centran en la utilización del pensamiento divergente y el desarrollo creativo.

Para sintetizar, de una manera más general, Sánchez Bañuelos (1984) hace referencia a los estilos de enseñanza desde una propuesta bipolar en la que pueden verse diferentes variantes que se ubiquen en algún lugar entre las dos propuestas que son:

1. **Enseñanza mediante instrucción directa.** El docente aporta al alumno la solución de qué y cómo realizar una tarea para conseguir realizarla con la máxima eficacia posible. De este modo, el alumno tiene que seguir los pasos previos que ha ejecutado el maestro, sin ningún tipo de improvisación.
2. **Enseñanza mediante la búsqueda.** Este enfoque ofrece muchas ventajas pedagógicas y psicológicas. Favorece la creación de respuestas creativas, innovadoras, múltiples y abiertas, a problemas cuya solución deportiva real puede resultar muy abierta.

De este modo, quedarían reflejados los estilos de enseñanza que utiliza el profesor para garantizar un aprendizaje significativo en sus alumnos, pero ¿Y sus alumnos? ¿Cómo aprenden ellos? A continuación, se explicarán los diferentes estilos de aprendizaje del alumnado en el aprendizaje, visto este desde una manera general.

3.3.2. Estilos de aprendizaje

En el ámbito de la Educación Física en el que estamos inmersos, es importante que el profesorado entienda y acepte la gran variedad de estilos de aprendizaje por parte de los discentes, para que así puedan actuar en consecuencia y hacer frente a la diversidad de procesos emergentes generando diferentes propuestas de enseñanza.

Siguiendo a Alonso, C.M., Gallego, G.J. y Honey, P. (1994), definen los estilos de aprendizaje como: “Los rasgos cognitivos, afectivos y fisiológicos, que sirven como indicadores relativamente estables, de cómo los discentes perciben, interaccionan y responden a sus ambientes de aprendizaje”

De esta manera, atendiendo a rasgos de la personalidad de cada persona, los estilos de aprendizaje tratan de explicar por qué en situaciones similares dos personas consiguen

niveles de aprendizaje completamente diferentes. Por su parte, cada persona utiliza su propio método o estrategia para aprender y tiende a desarrollar preferencias y tendencias globales para guiar su aprendizaje (Cazau, 2004).

Tras muchas investigaciones y muchas clasificaciones entorno al aprendizaje de los niños, algunos autores, entre ellos, Kolb, establecen **cuatro estilos básicos de aprendizaje**, a partir de los cuales pueden encontrarse diversas variantes. El modelo de estilos de aprendizaje elaborado por Kolb supone que para que una persona aprenda algo debe antes haber procesado o trabajado la información que recibe. Los estilos de aprendizaje y sus características siguiendo a Robles, Ana (cit. en Cazau, P., 2004) son:

- 1. Activo.** Son personas muy implicadas y sin prejuicios ante nuevas experiencias. Tienden a experimentar y actuar ante nuevas situaciones y luego piensan las consecuencias. Sus características principales son: animador, improvisador, descubridor, arriesgado y espontáneo.

Estos alumnos aprenden mejor cuando se lanzan a una actividad que les presenta un reto o un desafío, cuando realizan actividades cortas y de resultado inmediato, puesto que las actividades a largo plazo les aburren y, sobre todo, cuando hay emoción o crisis, ya que les gusta experimentar todo ese tipo de emociones. Por el contrario, aprenden peor cuando tienen que adoptar un papel pasivo en su enseñanza, les gusta ser el centro de las actividades. También, cuando tienen que asimilar e interpretar datos y cuando tienen que trabajar solos, ya que les gusta trabajar rodeados de gente.

- 2. Reflexivo.** Consideran las experiencias desde varios puntos de vista y realizan valoraciones previas ante de decidirse. Tienen a adoptar una postura de observador, por lo que analiza las experiencias desde diferentes ángulos antes de decidirse y actuar. Son personas precavidas y analizan todas las posibles consecuencias. Se caracterizan por ser: ponderado, concienzudo, receptivo, analítico y exhaustivo.

Estos alumnos aprenden mejor cuando pueden adoptar una mirada observadora, cuando pueden ofrecer observaciones y pueden analizar detenidamente la situación antes de ejecutar una respuesta. Sin embargo, les cuesta más aprender cuando tienen que improvisar, o actuar sin haber meditado y analizado la situación previamente y cuando son el centro de atención.

- 3. Teórico.** Tienden a estructurar las situaciones, y experiencias de forma racional y lógica. Estos alumnos adaptan e integran las observaciones y la información recopiladas en teorías fundamentadas lógicamente. De esta manera, sus principales características son: metódico, lógico, objetivo, crítico y estructurado.

Este grupo de alumnos aprende mejor a partir de modelos, teorías o sistema que tienen una fundamentación racional y lógica. Además, les gusta preguntar e indagar. Por el contrario, les cuesta más aprender cuando se presentan actividades ambiguas o que generan cierta incertidumbre, o situaciones muy emocionantes donde primen los sentimientos.

- 4. Pragmático.** Aplican las ideas de forma práctica y las experimentan a la primera oportunidad. A estos alumnos les gusta comprobar si sus ideas previas funcionan en la práctica. Los problemas son desafíos y siempre están buscando una manera eficaz de responder a esos problemas. Se caracterizan principalmente por ser: experimentador, práctico, directo, eficaz y realista.

Estos alumnos aprenden mejor con actividades que relacionan la teoría y la práctica o cuando tienen la posibilidad de poner en práctica inmediatamente lo que han aprendido. En cambio, les cuesta más aprender cuando lo que aprenden no se relaciona con sus necesidades inmediatas o cuando lo que hacen no tienen relación con la realidad.

3.4. Expresión corporal y danzas

Con motivo del objeto de la investigación, al haber analizado estos métodos y estilos de enseñanza-aprendizaje, es oportuno establecer un apartado para observar cómo aprenden los niños en esta área y cuál es nuestra labor como docentes de Educación Física.

La expresión corporal está establecida como un contenido del área de Educación Física desde la LOGSE y se ha mantenido en las siguientes leyes educativas. A pesar de ser un contenido obligatorio, y de tener tantos beneficios que comentaremos posteriormente, siempre ha sido uno de los contenidos marginales de la Educación Física. Por un lado, nos encontramos profesores que evitan estos contenidos, ya que no tienen una formación específica en este ámbito. Y, por otro lado, tenemos los docentes que transfieren lo aprendido a lo largo de su formación en otras disciplinas. De las dos

maneras, se trata de una manera superflua este contenido, sin tener en cuenta que es un contenido imprescindible para el desarrollo integral de nuestro alumnado.

La expresión corporal, para Lola Brikman (2006), se propone como un proceso de enseñanza-aprendizaje donde el alumno reconoce sus posibilidades, las ejercita en acciones y secuencias de manera sensible y consciente, acogiéndolas como vivencias que puede transferir a otras situaciones. O como bien dice Sánchez (2008), el movimiento corporal expresivo, la parte más ignota de la Educación Física, nos sitúa en el terreno de las metáforas, de la simbolización y la poética del movimiento. La expresión corporal es esa parte de la Educación Física, desconocida e inexplorada la cual favorece el desarrollo del alumnado en todos sus niveles, desarrollando todos los canales: motriz, cognitivo, social y emocional.

Como señalan Learreta, Ruano y Sierra (2006), este tipo de prácticas fomentan lo que cada uno es; su forma particular de exponerse ante los demás, de manifestarse de forma personal, y éste es un valor que merece ser fomentado porque ayuda a la aceptación y contribuye a reforzar la autoestima (Learreta, Ruano y Sierra 2006:27).

De esta manera, resulta inviable un desarrollo integral del alumno, dejando a un lado la expresión corporal. Entonces, nos vamos a centrar en un contenido de este bloque, profundizando la investigación en las danzas folklóricas, ya que es el contenido a trabajar en las sesiones.

La danza forma parte de la Expresión corporal y se presenta como un contenido con numerosos valores educativos que contribuyen al desarrollo de la creatividad del alumno, al desarrollo de las capacidades físicas y coordinativas, a la mejora de la expresión corporal, a la socialización del aula y a una educación rítmico-musical. Además, desarrolla la participación e integración entre los participantes, fomenta la coeducación y ayuda a la desinhibición (García, 2008, citado en Pérez-Castro y Otegui, 2012). Asimismo, es muy enriquecedora ya que se añade el conocimiento de otras culturas al representar diferentes tipos de danza, puesto que las danzas folklóricas e incluso modernas, llevan implícitos valores y aspectos culturales de las regiones donde surgen (García, 2011).

Igualmente, además de estos valores educativos, en relación con Gregorio y Cols (2010) la danza fomenta factores como la adquisición y desarrollo de habilidades y destrezas básicas, el desarrollo de la coordinación y habilidades perceptivo-motoras.

De este modo, siguiendo una de las muchas clasificaciones que hay, Québec (1981) en García Ruso (1997), podemos definir las danzas folklóricas como, una danza que refleja los valores culturales de un pueblo que se transmiten de una generación a otra. Obedecen a definidas estructuras, resultantes de ser un grupo étnico, encuadrado y condicionado por determinados aspectos, tales como los geográficos, históricos, climáticos, culturales, etc.

Además, la expresión corporal favorece y ayuda a la definición de los alumnos más introvertidos y tímidos. Pero, requiere de cierta creatividad, imaginación y coordinación, por lo que estas características hacen que estos niños, en particular, sientan rechazo ante este tipo de actividades por miedo al fracaso, a sentirse ridículos o a sentir extremada vergüenza. Consecuentemente, ante estos casos la danza potencia el desarrollo de habilidades comunicativas, expresivas y creativas. Al mismo tiempo que ayuda a desarrollarse ciertas habilidades de desinhibición, conocer a nuestra persona, trabajar la comunicación verbal y no verbal, además de conocer y comprender información de nuestro yo interno (Martínez, 2012).

Por lo tanto, es de vital importancia una correcta actuación por parte del docente, como dinamizador y guía del proceso. Es necesario enseñar y ayudar al alumnado a expresarse libremente, por lo que el docente deberá dejar claro que no hay una única respuesta y que todas son igual de válidas. “Mediante la desinhibición se trata de conseguir los estados personales de: espontaneidad, liberación de la respuesta, descubrimiento personal, aumento del dinamismo, desbloqueo, fomento de la imaginación, relajación psíquica y justificación de la respuesta” (Checa, Garófano y Caveda, 1997: pp160) citado en Sanchidrián Posé (2013).

Finalmente, Martínez (2012) comparte una idea que va a ser crucial en el desarrollo de las sesiones sobre danzas folklóricas que se van a llevar a cabo. La idea es la danza como herramienta para el desarrollo colaborativo. Para conseguir una representación satisfactoria de una coreografía, se tiene que desarrollar un buen trabajo colaborativo. El grupo ha de estar en completa armonía para conseguir un trabajo satisfactorio, por lo que se potencia la unión de todos y cada de los miembros de la coreografía. Y, a su vez, es sustancial como herramienta multicultural, ya que enseña a los niños valores comunes en todas las culturas como el respeto, la justicia, tolerancia o la igualdad, entre otros. Además, podemos utilizarla para integrar a todo tipo de alumnado provenga de dónde provenga o tenga una serie de capacidades o características especiales.

3.5. Proceso de enseñanza-aprendizaje de la Expresión Corporal y las danzas

Como se ha planteado anteriormente, existen varios estilos de enseñanza en función de las actividades que vayamos a realizar con nuestro alumnado y en función de los objetivos planteados. Según Chen y Cone (2003) el proceso de enseñanza de cualquier baile permite al docente plantear propuestas de actividades que desarrollen la creatividad favoreciendo, así, la participación e implicación del alumnado en el proceso de aprendizaje. El papel de alumno resulta fundamental para conseguir ese desarrollo integral de los niños y para que sean ellos los que guíen su proceso, apoyándose en sus experiencias y adecuándose a su ritmo. De este modo, el bloque de Actividades Artístico-Expresivas, da lugar a un sinfín de posibilidades en las que el docente será un mero guía en el proceso. Las posibilidades que dan la expresión corporal y la danza, es ser capaz de crear, con unas pautas mínimas por parte del docente. Esto incentiva y ayuda a interesarse por la materia en cuestión. En cambio, podemos observar que a pesar de que sí es cierto que es un contenido que deja rienda suelta a la imaginación del alumnado, no siempre se les puede conceder esta autonomía y en vez de optar por una enseñanza mediante la búsqueda, recurrimos a enseñanzas mediante la instrucción directa.

Entonces, respecto al papel del docente, en función de la manera de enseñar que tenga utilizará una u otra metodología. Siguiendo a Sáenz-López (1997:141), cada maestro tiene una forma de enseñar diferente, pero todos han de tener en cuenta que con una técnica de enseñanza u otra lo importante es garantizar un aprendizaje constructivo en nuestros alumnos. Como ya hemos señalado, la técnica de indagación sería la más beneficiosa en este ámbito, ya que favorece un aprendizaje más estable y duradero. Sin embargo, a veces es más eficiente la instrucción, ya que, como en las danzas folklóricas, se hace necesario enseñar a los discentes pasos y coreografías a seguir.

Siguiendo al mismo autor citado en Castillo Viera y Rebollo González (2009), entre las características de las técnicas de enseñanza tenemos:

➤ Instrucción directa

- Profesor es el protagonista del proceso enseñanza aprendizaje.
- El alumno no toma decisiones, papel pasivo.
- Organización más formal.
- Se hace difícil la individualización.

➤ **Indagación**

- Alumno toma decisiones, papel activo y protagonista de su aprendizaje.
- Aprendizaje más lento, pero duradero.
- Organización menos formal.
- Mayor implicación de los ámbitos cognitivo y afectivo.

Por lo tanto, podemos ver que, aunque la instrucción directa es menos conveniente para conseguir que el alumno sea autónomo, es necesaria para enseñar a los niños ciertas técnicas, pasos o, en general, coreografías, para conseguir que hagan los pasos correctamente y conseguir esta armonía grupal de la que hablábamos antes. A medida que los alumnos vayan aprendiendo los pasos correspondientes a cada danza, como docentes, podremos ir abriendo el abanico de posibilidades favoreciendo la indagación y potenciando así la creatividad de los discentes.

En relación con el estilo de enseñanza que ejerce el profesor, de los cuales habíamos hablado anteriormente, tenemos dos perspectivas:

➤ **Instrucción directa**

- Mando directo (modificado).
- Asignación de tareas.
- Enseñanza recíproca.

➤ **Técnica de indagación**

- Descubrimiento guiado.
- Resolución de problemas.
- Libre exploración.

En la enseñanza de las danzas, utilizaremos el mando directo modificado, o la asignación de tareas. Es decir, el docente mostrará un modelo a seguir para que aprendan los pasos correctamente, por lo que aquí el alumno adquiere un papel pasivo. Pero, a medida que los alumnos van aprendiendo la técnica de las diferentes danzas, les será más sencillo y le podrán añadir su propio estilo, por lo que iremos evolucionando hacia la indagación. Además, también poco a poco podemos ir utilizando el descubrimiento guiado para ir orientándoles hacia donde queremos llegar, pero sin llegar a mostrarles la respuesta. Finalmente, también aplicaremos la resolución de problemas, en una de las últimas danzas de la unidad didáctica, ya que haremos una danza con una parte en la cual los niños tienen que improvisar, por lo que no habrá una única respuesta.

4. Investigación

4.1. Explicación del trabajo

La presente propuesta de intervención didáctica se va a llevar a cabo para estudiar cómo uno de los bloques del área de Educación Física, en concreto, el bloque “Los juegos y actividades expresivas y deportivas” ayudan a un perfil del alumnado más tímido e introvertido. Gracias a la bibliografía presentada y a las numerosas investigaciones en este ámbito podemos ver que el contenido de Expresión Corporal es el más apartado en la realidad educativa, fruto de la falta de conocimientos en el área. Sin embargo, presenta numerosos beneficios, mencionados anteriormente, de los cuales nos vamos a centrar en cómo ayuda al alumnado con más miedos e inseguridades a desinhibirse frente al resto de sus compañeros. Estas inseguridades y esta timidez que presentan muchos de los alumnos suele tener origen por falta de confianza en uno mismo, baja autoestima y miedo al fracaso. Estas características impiden a este alumnado enfrentarse de manera creativa y activa ante este tipo de actividades de carácter expresivo.

Para poder llevar a cabo la investigación se ha elegido un contenido muy enriquecedor en base a muchos aspectos fundamentales para el desarrollo integral de nuestro alumnado, como son las danzas folklóricas. Aportan numerosos beneficios individuales, pero a su vez, presentan beneficios a nivel de grupo favoreciendo la colaboración, la cohesión entre los participantes y la armonía.

El objeto de la investigación es observar, desde un primer momento, como actúan los niños ante las diferentes danzas que se han propuesto, que van en orden de dificultad de las más fáciles a las más difíciles por la cantidad de pasos a memorizar. A medida que avanzan las sesiones, los alumnos irán ganando confianza y, a su vez, disfrutarán cada vez más de dichas sesiones. Además, los alumnos poco a poco irán teniendo un papel más activo en el proceso, favoreciendo así una motivación intrínseca hacia la actividad. Por lo tanto, se optará por un estilo de enseñanza más inclinado hacia la indagación, siendo el docente un guía en el proceso y dejando a un lado la instrucción directa, aunque esta también estará presente.

Finalmente, es de vital importancia, como docentes de Educación Física, fijarnos en ese grupo reducido de alumnos que tienen dificultades a la hora de realizar este tipo de actividades y, generar de alguna manera, facilidades para atender las necesidades de todo el alumnado.

4.2. Contextualización

Todo lo referido en el presente apartado está extraído del Proyecto Educativo del Centro Juan de Herrera (2019).

En relación con el contexto educativo en el que nos encontramos, se trata de un centro público de Educación Primaria llamado Juan de Herrera, situado en el municipio del Valle de Camargo, concretamente en Maliaño Alto. Se trata de un centro escolar con poco alumnado, debido a la gran oferta educativa de la zona, ya que la localidad de Maliaño y/o Muriedas dispone de 4 centros educativos.

En el centro escolar nos encontramos con dos situaciones diferentes en cuanto a la situación socioeconómica de las familias. Por un lado, la mayor parte de las familias se sitúa en una posición social media, que corresponde a la clase trabajadora. Por el contrario, el segundo grupo es una pequeña parte de las familias que se encuentra en una situación de desventaja económica y sociocultural. La escasa demanda que tiene el colegio ha obligado a establecer una única línea en primero y segundo de primaria. Sin embargo, a pesar de tener dos líneas en los demás cursos de Educación Primaria, cada línea tiene una ratio, aproximadamente, 16 alumnos. Con excepciones en el último curso de Educación Primaria, que en cada línea tiene 22 alumnos. De esta manera, esta variabilidad de situaciones configura una amplia diversidad en el centro educativo que, de una manera o de otra, favorece y enriquece el clima escolar.

En relación con una de las premisas fundamentales que defiende el Colegio Público Juan de Herrera es garantizar una educación digna a todo el alumnado a su cargo, atendiendo a todas las necesidades que tengan los discentes. Además, se busca que el alumnado sea el protagonista de su proceso de enseñanza-aprendizaje participando de manera activa y responsable, creando así un aprendizaje constructivo. Por lo que, se quiere que el proceso educativo sea un proceso bidireccional entre el profesor y el alumno, donde el docente toma una postura de guía y mediador de los aprendizajes, pero no tiene una visión autoritaria como el único poseedor de conocimientos.

De este modo, la investigación se va a centrar en el sexto curso de Educación Primaria, en concreto en un grupo, 6ºA. Es un grupo muy variado de alumnos, en el que podemos ver diferentes características y perfiles de alumnado, que ayudarán de alguna manera al buen funcionamiento de la investigación.

Finalmente, la investigación se hará en el área de Educación Física, como hemos comentado anteriormente, fruto de la especialización en el grado de Educación Primaria como docente de Educación Física.

4.3. Participantes

Los participantes implicados en esta investigación, como se ha dicho anteriormente, son los alumnos de 6º curso del colegio en el que estoy realizando las prácticas del último curso del grado en Educación Primaria. Concretamente, se tomará como población a los alumnos de 6ºA. Es un grupo muy diverso, en el que nos encontramos como personalidades muy diferentes; no hay muchos alumnos con necesidades educativas específicas, pero, nos encontramos con un alumno con dificultades auditivas, por lo que adaptaremos el material a las necesidades específicas de este alumno. El grupo está formado por 22 alumnos, de los cuales 6 son chicas y 16 son chicos.

Para hacer un análisis satisfactorio de la eficacia de las danzas folklóricas que vamos a enseñar al alumnado, vamos a dividir el grupo-clase en diferentes grupos en función de la personalidad de cada alumno.

En primer lugar, dentro del grupo-clase, nos encontramos con varios alumnos muy activos. Se caracterizan por ser alumnos extrovertidos, implicados en las actividades a realizar y no tienen prejuicios ante nuevas situaciones o experiencias. Tendrán un papel crucial en la investigación, puesto que serán los alumnos que rompan la barrera de la inseguridad y, al mismo tiempo, ayuden a los alumnos más tímidos a participar de manera proactiva en las danzas.

En segundo lugar, nos encontramos con el grupo de alumnos más relevante dentro de la investigación; el grupo de los alumnos más tímidos e introvertidos. Se caracterizan por tener ciertas inseguridades a la hora de hacer diferentes prácticas o actividades delante de sus compañeros. Estas inseguridades provienen de pensamientos como el fracaso o el ridículo. Este grupo se verá muy afectado a la hora de seguir las danzas porque pensarán que los demás compañeros se reirán de ellos y sufrirán un cierto rechazo al principio. Poco a poco, gracias a las sucesivas sesiones, y a la interacción continua entre los alumnos, y entre el docente y los alumnos, estos se irán desinhibiendo y acabarán disfrutando de la actividad.

En tercer lugar, nos encontramos con un grupo de alumnos que sienten rechazo hacia esta actividad en particular, tienen pensamientos sexistas sobre las danzas, ya que piensan que las danzas solo son practicadas por un solo género, el femenino. Hacen ver su punto de vista con comentarios fuera de lugar al comienzo de la unidad didáctica. Sin embargo, gracias a la intervención del docente irán cambiando la perspectiva acerca de la actividad.

Por último, tenemos otro pequeño grupo que correspondería a los alumnos trabajadores y dedicados, que siempre muestran una actitud positiva y se muestran motivados frente a cualquier actividad. Este grupo de alumnos facilita el proceso de enseñanza-aprendizaje y ayuda a mejorar el clima del grupo.

4.4. Organización

En relación con la organización, la unidad didáctica se llevará a cabo durante dos semanas escolares, es decir, el alumnado tendrá 6 sesiones para realizar la unidad didáctica de danzas. En un primer momento, se comenzará con las danzas más sencillas a nivel coreográfico, ya que cuentan con menos pasos a memorizar, caracterizándose el proceso de enseñanza-aprendizaje por ser un proceso más inclinado hacia la instrucción directa. A medida, que vayan avanzando las sesiones y los niños vayan progresando adecuadamente, se añadirán danzas más complejas, pero más inclinadas hacia un estilo de enseñanza basado en la indagación y teniendo como eje dinamizador la creatividad. La organización principal en cuanto a las danzas es con el gran grupo, es decir, la realización de las danzas se hace todos en común, formando un círculo. Sin embargo, muchas de las danzas a pesar de ser en grupo, tienen una parte que se hace en parejas. Además, no obliga al alumnado a estar siempre con la misma pareja, sino que a medida que avanza la danza se van cambiando las parejas aleatoriamente.

Para hacer referencia a todos los aspectos de la organización, cabe hablar de tres aspectos fundamentales: los materiales, los espacios y la temporalización.

4.4.1. Materiales

Los materiales que se puede utilizar en este ámbito son diversos y muy variados. Para la enseñanza de las danzas folklóricas se han escogido, entre muchas opciones, diez danzas para trabajar con el alumnado de 6º de primaria. Las danzas folklóricas como ya hemos señalado anteriormente son danzas provenientes de un lugar concreto que se van enseñando de generación en generación. Desde la perspectiva de docentes de Educación

Física, es una oportunidad de mostrar a los alumnos diferentes danzas típicas de diversos lugares del mundo y, así, de acercarles a su cultura.

Todos los enlaces y las descripciones de las danzas han sido extraídas de un blog de una profesora de Educación Primaria de un centro de Santander (Cantabria), cuyo enlace al blog es <https://danzasdelmundo.wordpress.com/>.

La colección seleccionada de danzas elegidas es amplia y se mostrará en el anexo, ahora se mencionarán las más importantes desde el punto de vista creativo y en las que el alumnado tendrá un papel más activo: Polka de la estrella (Alemania), Minoesjka (Holanda) y Danza de Ramón (Bélgica). Estas tres son las que más van a potenciar el canal emocional del alumnado, por lo que resultarán decisivas en la investigación. Serán de esta índole puesto que las tres danzas tienen un tiempo en el que los alumnos deben crear pasos de manera autónoma o con sus compañeros, mientras que el resto de las danzas se limita a seguir una coreografía establecida.

4.4.2. Los espacios

En relación con los espacios donde se va a desarrollar la intervención didáctica, todas las sesiones se realizarán en el polideportivo del centro escolar. El polideportivo cuenta con grandes instalaciones donde se puede llevar a cabo de manera eficaz la realización satisfactoria de las actividades. Además, contamos con un amplio terreno, del tamaño del campo de balonmano donde los niños pueden bailar libremente, por lo que la actividad no se verá limitada por el espacio. Además, el polideportivo cuenta con un dispositivo móvil para escuchar la música de las danzas de manera clara, lo que favorece el buen desarrollo de la clase.

4.4.3. Temporalización

La temporalización de la unidad didáctica se dividirá en, aproximadamente, 6 sesiones. El orden en el que han sido colocadas las danzas en el apartado de *materiales* será el orden en el que se vayan introduciendo a medida que avanzan las sesiones. Cabe destacar que, en el tercer curso de educación primaria se han visto cuatro danzas de las diez que se trabajan en sexto de primaria: “Sietesaltos”, “Le badoise”, “Menousis” y “Río Verde”.

A continuación, se mostrará por sesiones el contenido de cada una y cómo lo vamos a trabajar.

Sesión 1

Danza “Sietesaltos” , se hará un repaso de 3° y una única repetición.	Danza “Le badoise” , se hará un repaso de 3° y una única repetición.	Danza “Branle de las ratas” , será la primera vez que se trabaje, por lo que se harán varias repeticiones con pasos previos sin música.	Danza “Menousis” , se hará un repaso de 3° y una única repetición.
------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------

Sesión 2

Danza “Sietesaltos” , se hará una repetición.	Danza “Le badoise” , se hará una repetición.	Danza “Branle de las ratas” , se harán dos repeticiones, para ir aprendiéndola poco a poco.	Danza “Alunelul” será la primera vez que se trabaje, por lo que se hará una toma de contacto con una repetición.	Danza “Polka de la estrella” , está danza requiere un cierto grado de concentración, y trabajo. Es una danza complicado, por lo que en esta segunda sesión la practicaremos una vez para ir practicándola.
------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Sesión 3

Danza “Branle de las ratas” , se hará una repetición, para seguir practicándola.	Danza “Alunelul” se harán dos repeticiones.	Danza “Polka de la estrella” , se hará una repetición.	Danza “Menousis” , es una danza que se trabajó en 3°, por lo que la repasaremos y, debido a su corta duración, se harán cuatro repeticiones.	Danza “Le badoise” , se hará una repetición. Sobre todo, utilizamos esta danza que los alumnos ya conocen con el objetivo de hacer una vuelta a la calma.
-----------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Sesión 4

Danza “Le badoise”, se hará una repetición.	Danza “Polka de la estrella”, se hará una repetición.	Danza “Danza de Ramón”, esta danza también se ha visto en 3°, por lo que se hará un repaso y dos repeticiones.	Danza “Río Verde”, es una danza que se trabajó en 3°, por lo que la repasaremos y haremos una única repetición.	Danza “Minoesjka”, se hará una repetición.
---------------------------------------------	-------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------

Sesión 5

Danza “Branle de las ratas”, se hará una repetición.	Danza “Alunelul”, se hará una repetición.	Danza “Danza de Ramón”, se hará una repetición.	Danza “Río Verde”, se hará una repetición.	Danza “Menousis”, se hará una repetición.	Danza “Ena Bushi”, es una danza nueva que contiene muchos pasos, por lo que previamente se enseñaran los pasos y se practicará una vez.	Danza “Minoesjka”, se harán tres repeticiones.
------------------------------------------------------	-------------------------------------------	-------------------------------------------------	--------------------------------------------	-------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------

Sesión 6

Danza “Danza de Ramón”, se hará una repetición.	Danza “Polka de la estrella”, se hará una repetición.	Danza “Río Verde”, se hará una repetición.	Danza “Ena Bushi”, se volverá a practicar y se hará una repetición.	Danza “Alunelul”, se hará una repetición.	Danza “Le badoise”, se hará una repetición., para comenzar con la vuelta a la calma.	Danza “Minoesjka”, se harán tres repeticiones. Esta danza potencia la creatividad y es una excelente manera de cerrar la unidad didáctica.
-------------------------------------------------	-------------------------------------------------------	--------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

4.5. Metodología

Para la puesta en práctica de la intervención didáctica y su correcta ejecución, buscando siempre los mayores beneficios para el alumnado que la trabaje, realicé una búsqueda sobre los mejores métodos para poder sacar el mayor provecho. Siempre, teniendo como punto de partida que el alumno ha de tener el papel principal en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Para la enseñanza de las danzas, como docentes, tenemos que sabernos a la perfección las danzas y las coreografías a enseñar, para facilitar un aprendizaje por imitación por parte de los discentes. En segundo lugar, a pesar de que es primordial el papel activo de los estudiantes, debemos tener en cuenta que, en las primeras tomas de contacto con las danzas, somos nosotros, los maestros, los que marcarán el ritmo de la clase y los que tendremos que enseñar de una manera más técnica los pasos a realizar.

De este modo, el contenido elegido, es decir, los materiales, no han sido elegidos al azar, sino que ha sido una selección exhaustiva de danzas que, en un primer momento, se corresponden con aspectos más técnicos y requieren un aprendizaje más memorístico de los pasos. Sin embargo, después una vez que hayan aprendido muchos pasos que forman la base de las danzas, les será más sencillo seguir la clase y tomarán un papel más activo. Asimismo, en las últimas danzas hay partes en las que los alumnos deben ser creativos y deben inventarse pasos y pequeñas coreografías que les ayudarán a sentirse líderes dentro de su propio proceso. Al mismo tiempo, también habrá momentos en los que sea la pareja la que debe innovar e inventarse bailes, lo que potenciará la comunicación y la participación de todo el alumnado.

Entonces, como ya hemos mencionado con anterioridad se optará por un método de enseñanza inductivo, donde el alumnado asume el papel principal en su aprendizaje y en su desarrollo personal, pero, inevitablemente también se vislumbrará un método deductivo. El método deductivo, se verá sobre todo al principio de la unidad didáctica, caracterizándose por un papel pasivo del alumnado, donde únicamente se limita a copiar los pasos hechos por el profesor. Poco a poco, los discentes irán asumiendo un aprendizaje basado en el ensayo-error, como propiamente dice, aprendiendo ellos mismos de sus errores y mejorando paulatinamente.

Por supuesto, se opta por una metodología lúdica, cooperativa y flexible, donde prime la diversión y la motivación, siendo estos los ingredientes principales para que se consigan de manera satisfactoria todos los objetivos planteados. Además, en el área en el

que nos encontramos inmersos, es primordial fomentar y alentar a la resolución pacífica de conflictos, que seguramente sucedan fruto de las relaciones interpersonales, por eso la actitud y la metodología debe desarrollar la empatía y fomentar un aprendizaje en la resolución de conflictos mediante el diálogo.

Por último, cabe matizar que cualquier metodología ha de tener en cuenta las contingencias posibles que puedan surgir, por lo que ha de ser flexible. Por ejemplo, si por cualquier motivo, propios o ajenos, alguna sesión no puede llevarse a cabo en el polideportivo, se puede realizar en otro lugar, como en el gimnasio. O, por ejemplo, si vemos que los alumnos no se sienten motivados hacia la danza que teníamos establecida hoy, podemos buscar otra de características similares, que quizá les guste más, por lo que la intervención está diseñada para que se puedan solventar de una manera fácil y económica.

4.6. Objetivos

Objetivo general

- Conseguir, a través de la danza y la expresión corporal, que el alumnado más inseguro gane confianza en sí mismo y se desinhiba frente a este tipo de actividades.

Objetivos específicos

- Trabajar la desinhibición y el desarrollo de las capacidades expresivas del alumnado.
- Conocer el concepto de danza.
- Desarrollar aptitudes de respeto hacia cualquier tipo de danza.
- Compartir los beneficios personales y colectivos que aporta la danza.
- Crear en el alumnado una actitud positiva hacia la música y el baile.
- Conocer y memorizar una amplia gama de movimientos o pasos de baile, además de algunos distintos tipos de música y bailes.
- Saber mantener el ritmo de la música y de los compañeros.
- Coordinar los movimientos del cuerpo con la música y el ritmo.
- Crear un clima armonioso de grupo.
- Mejorar las relaciones entre los compañeros, los equipos y eliminar conductas agresivas y sexistas.

- Valorar esta disciplina físico-artístico-expresiva positivamente y continuar con su transmisión y práctica.
- Disfrutar con la realización de las actividades y creaciones.
- Reconocer las limitaciones del propio cuerpo, al mismo tiempo que tratamos de superarlas a través de la práctica.

4.7. Hipótesis

Las hipótesis de partida previas a la investigación serán las siguientes:

1. La danza y la expresión corporal son actividades que favorecen y desarrollan la confianza en sí mismo y aumentan la autoestima.
2. La danza es una actividad que ayuda al alumnado más introvertido a sentirse cómodo y a eliminar ciertas barreras por miedo al rechazo o al ridículo.
3. Se considera que la Expresión corporal dentro de la asignatura de Educación Física potencia, mejora o favorece en cada alumno la creatividad, las habilidades sociales, las actitudes y los valores positivos personales de manera tanto individual como grupal.

4.8 Evaluación

4.8.1 Criterios de evaluación

Los criterios de evaluación que se tendrán en cuenta a la hora de evaluar el grado de adquisición de habilidades y destrezas, además de la consecución de los objetivos planteados para esta intervención didáctica. Para ello se tendrán en cuenta las habilidades desarrolladas por los alumnos y a su vez su actitud frente a dichas actividades.

Criterios de evaluación

Procedimentales	Domina las habilidades de expresión corporal para comunicar y expresar, y las interpreta adecuadamente.
	Conoce y ejecuta adecuadamente una gran cantidad de movimientos o pasos de baile, además de coordinarlos con la música y el ritmo.
	Sabe mantener el ritmo de la música y de los compañeros.
	Trabaja en equipo y respeta a los demás.
	Utiliza los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.
	Conoce y lleva a cabo bailes y danzas sencillas representativas de distintas culturas y distintas épocas, siguiendo una coreografía establecida.

	Valora, respeta y disfruta de las creaciones expresivas de los compañeros.
	Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos.
<i>Actitudinales</i>	Tiene una actitud activa ante la práctica de la expresión corporal.
	Valora esta disciplina físico-artístico-expresiva positivamente.
	Respeto el baile como tipo de actividad física, así como con los diferentes estilos musicales.
	Respeto a los compañeros, así como a cualquier tipo de expresión o tipos de música.
	Respeto las relaciones entre los compañeros y elimina las actitudes agresivas y sexistas.
	Tiene iniciativa y desarrolla nuevas ideas creativas ante el resto del grupo.

Tabla 1. *Criterios de evaluación de la intervención didáctica.*

4.8.2 Técnicas e instrumentos de evaluación

La evaluación que se llevará a cabo será una evaluación formativa, es decir, una evaluación continua donde se tendrá en cuenta el progreso del alumnado, no solo el resultado final. De esta manera, la observación directa por parte del docente será crucial. Además, esta evaluación se llevará a cabo a través de rubricas elaboradas y desarrolladas por el maestro, en las que se mostrarán el grado de adquisición de los criterios de evaluación por parte de los discentes, evaluados de menor a mayor grado de adquisición, de forma que se tomarán tres tipos de observaciones y a su lado su correspondiente símbolo que aparecerá en la rúbrica.:

1. Observaciones buenas

- a. Excelente (* rodeado)
- b. Muy bien (*)
- c. Bien (+)

2. Observaciones normales

- a. Normal (un punto con un palo hacia arriba)
- b. Algo regular (un punto)

3. Observaciones deficientes

- a. Regular (un punto con un palo hacia la derecha)
- b. Bastante regular (/)
- c. Mal (-)

Se establece este tipo de evaluación con un gran abanico de posibilidades para hacer una evaluación lo más justa posible para el alumnado. Asimismo, también se anotará en el diario del docente los aspectos más relevantes de cada sesión, para hacer un seguimiento exhaustivo del proceso de enseñanza-aprendizaje. En el diario, se recogerán datos y anécdotas y, a su vez, se hará un registro de lo planificado para la sesión, para posteriormente, tomar nota de lo que se ha realizado, y ver finalmente si concuerda con lo establecido previamente. De esta forma, hacemos una crítica de nuestra práctica y nos servirá para mejorar en un futuro.

Entonces, la rúbrica utilizada por el docente será la misma que la *Tabla 1*, solo que al lado de cada criterio habrá un cuadradito en blanco en el que se pondrán las claves citadas anteriormente, en función la adquisición o no adquisición de los criterios establecidos.

	Criterios de evaluación	Observaciones
<i>Procedimentales</i>	Domina las habilidades de expresión corporal para comunicar y expresar, y las interpreta adecuadamente.	
	Conoce y ejecuta adecuadamente una gran cantidad de movimientos o pasos de baile, además de coordinarlos con la música y el ritmo.	
	Sabe mantener el ritmo de la música y de los compañeros.	
	Trabaja en equipo y respeta a los demás.	
	Utiliza los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.	
	Conoce y lleva a cabo bailes y danzas sencillas representativas de distintas culturas y distintas épocas, siguiendo una coreografía establecida.	
	Valora, respeta y disfruta de las creaciones expresivas de los compañeros.	
	Representa o expresa movimientos a partir de estímulos rítmicos o musicales, individualmente, en parejas o grupos.	
	Tiene una actitud activa ante la práctica de la expresión corporal.	
	Valora esta disciplina físico-artístico-expresiva positivamente.	

Actitudinales	Respeto el baile como tipo de actividad física, así como con los diferentes estilos musicales.	
	Respeto a los compañeros, así como a cualquier tipo de expresión o tipos de música.	
	Respeto las relaciones entre los compañeros y elimina las actitudes agresivas y sexistas.	
	Tiene iniciativa y desarrolla nuevas ideas creativas ante el resto del grupo.	

Tabla 2. *Rúbrica del maestro para evaluar el nivel de adquisición de los objetivos planteados.*

4.9 Datos

Entre los participantes, como he comentado anteriormente, se seleccionó un grupo del colegio público Juan de Herrera, en concreto, el grupo de 6ºA. Los datos aparecerán reflejados en una rúbrica donde, por observación directa, se ha ido completando en función de los siguientes aspectos observables. Además, como aparece en el apartado de *Participantes*, se han establecido cuatro grupos de alumnos, por lo que se han descrito ítems muy concretos para poder asegurar un análisis exhaustivo de los datos. Los ítems se evaluarán del 0 al 5, siendo el 5 la puntuación más alta y el 0 la más baja.

La tabla está dividida en diferentes apartados. Por un lado, tenemos el G1 que corresponde al grupo 1, conformado por los alumnos más activos. En segundo lugar, tenemos el G2, correspondiente al grupo 2, conformado por los alumnos más introvertidos. En tercer lugar, tenemos el G3 que corresponde al grupo 3 y, hace referencia al alumnado que siente rechazo hacia este tipo de actividades. Por último, está el G4 que corresponde al grupo 4, en que están los alumnos trabajadores que siempre se muestran motivados frente a cualquier tipo de actividad. Asimismo, también se puede observar que cada grupo está dividido en 6 apartados, que hacen referencia a cada sesión de la secuencia didáctica. Finalmente, a la izquierda de la tabla tenemos los ítems que vamos a evaluar para comprobar si las hipótesis planteadas son verdaderas o no.

	G1						G2						G3						G4					
	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S1	S2	S3	S4	S5	S6
El alumnado se mantiene activo y feliz al realizar las actividades encomendadas.	5	5	5	5	4	3	2	2	3	3	4	4	1	2	3	3	3	4	4	5	5	5	5	5
El alumnado no tiene reparo en hacer los pasos delante de sus compañeros, por lo que presenta una gran autoestima y confianza en sí mismo.	5	5	5	5	5	5	1	2	2	1	3	4	2	2	3	2	2	3	3	3	3	4	4	5
El alumnado es creativo y siempre quiere participar.	5	5	5	5	5	5	1	1	2	1	2	3	1	1	2	2	3	3	3	4	4	4	5	5
El alumnado muestra una actitud de desinterés y apatía hacia la actividad.	0	0	0	0	0	0	4	4	3	3	2	2	5	5	4	4	3	2	0	0	0	0	0	0
El alumnado siente rechazo y miedo escénico ante sus compañeros.	0	0	0	1	0	0	5	5	5	4	3	2	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	1
El alumnado realiza de manera adecuada las danzas y muestra interés por aprender los pasos.	3	3	3	4	4	5	4	4	4	4	5	5	1	2	2	3	3	4	5	5	5	5	5	5
El alumnado alienta a los demás compañeros a participar.	5	5	5	5	5	5	0	0	0	0	1	2	3	3	3	3	3	3	5	5	5	5	5	5
El alumnado se burla de los demás compañeros cuando estos participan.	1	1	1	2	2	1	0	0	0	0	0	0	4	4	3	4	3	2	0	0	0	0	0	0
El alumnado tiene comentarios sexistas y racistas sobre las danzas a trabajar.	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	3	4	4	2	0	0	0	0	0	0	0

Tabla 3. Rúbrica con los datos obtenidos en la investigación.

4.10 Análisis de datos

En relación con los datos obtenidos en la *Tabla 3* podemos ver diferentes aspectos y evoluciones a medida que avanzan las sesiones. Con respecto al G1, el grupo con el alumnado más activo, sin prejuicios ante las nuevas actividades a realizar, podemos ver que durante todas las sesiones ha mantenido una actitud positiva y proactiva ante la realización de las actividades. Sin embargo, también se ha podido observar que en algunas ocasiones muestran actitudes un tanto burlescas debido a que quieren ser el centro de atención. Aun así, este grupo de alumnos no tiene reparo en hacer las actividades y se muestran seguros de sí mismos, además, generalmente se ofrecen voluntarios para comenzar las actividades más creativas. En esta línea, cabe destacar que siempre están interesados en la realización de las actividades y no muestran ningún tipo de desinterés, aunque, es cierto que al principio de la unidad didáctica más que atentos a los pasos a realizar en las danzas, estaban más pendientes de hacer bromas en alto con los demás compañeros. En cambio, a medida que han pasado las sesiones se han involucrado más y estas actitudes se han reducido.

En relación con el grupo 2 (G2), corresponde al alumnado más tímido e introvertido. En un primer momento, este grupo sentía reparo en la realización de las actividades, les producía cierta angustia llevar a cabo esta unidad didáctica debido a posibles miedos e inseguridades. A pesar de esto, siempre se han mostrado con interés por las actividades y por el aprendizaje de las danzas. Al principio, les costaba mucho actuar delante de sus compañeros y realizar los pasos sin mirar hacia todos los lados, pensando que eran el centro de las miradas de sus compañeros y que, por ello, se iban a burlar de ellos. Sentían miedo escénico y las danzas en las que tenían que actuar de manera autónoma delante de los demás compañeros, les costaba mucho, debido a que se bloqueaban y no eran capaces de dar respuestas creativas. Sin embargo, poco a poco fueron ganando confianza y en las últimas sesiones se sentían más cómodos. Uno de los aspectos que he podido observar es que en las danzas que eran con otros compañeros, agarrados de la mano y haciendo bailes por parejas, se sentían más cómodos, seguros y activos. De esta manera, el hecho de hacer la actividad con sus iguales les hace confiar más tanto en ellos, como en los otros.

Con respecto al G3, el grupo de alumnos más reducido que tiene una actitud de desinterés hacia las danzas, ya que posee pensamientos sexistas sobre ellas. Al principio de la unidad, este grupo tuvo comentarios desafortunados sobre las danzas, acompañados de malos gestos y actitudes poco adecuadas. A su vez, se burlaban de los compañeros cuando estábamos danzando y ellos danzaban con desidia. Poco a poco, fuimos corrigiendo estas actitudes con diálogo y mostrándoles la importancia de las danzas y la importancia de no tener un pensamiento retrógrado. Paulatinamente, fueron siendo conscientes de los errores que habían cometido y fueron perdiendo ese miedo a actuar delante de sus compañeros. Frente a los demás compañeros tenían una actitud altiva y de seguridad, pero cuando tocaba actuar delante de los compañeros presentaban inseguridades y, por su parte, daban respuestas poco creativas. De esta manera, al finalizar la unidad conseguimos dos cosas: que este grupo disfrutará realizando este tipo de actividades de expresión corporal y, a su vez, conseguimos eliminar pensamientos sexistas propios de una sociedad machista.

Por último, el G4 corresponde al grupo de alumnos que siempre se muestra dedicado hacia las actividades a realizar y que tienen una actitud positiva. Este grupo de alumnos ha servido de ayuda a los niños más tímidos e introvertidos, ya que alentaba a los demás a participar y a disfrutar del trabajo en grupo. Al principio, si es cierto que

sentían un poco de vergüenza, pero poco a poco han ido desinhibiéndose y han creado respuestas muy creativas que han avivado la alegría del grupo.

De este modo, relacionando los datos con las hipótesis de partida, podemos decir que las hipótesis son verdaderas. La primera hipótesis “La danza y la expresión corporal son actividades que favorecen y desarrollan la confianza en sí mismo y aumentan la autoestima”. Hemos podido comprobar como este tipo de actividades han ayudado al alumnado a ir ganando confianza en sí mismos, perdiendo el miedo a actuar delante de los otros. Si es cierto que no solo ha influido el tipo de actividades, sino también la participación de otros compañeros que ayudaban a que fuese más fácil.

En segundo lugar, la segunda hipótesis planteada también es verdadera y está en relación con la primera hipótesis. “La danza es una actividad que ayuda al alumnado más introvertido a sentirse cómodo y a eliminar ciertas barreras por miedo al rechazo o al ridículo”, esto lo hemos podido observar gracias al grupo 2, ya que a medida que hemos ido trabajando la secuencia didáctica hemos visto como los alumnos han ido desinhibiéndose y han dejado a un lado su temor por el rechazo y el ridículo. De este modo, podemos decir, a grandes rasgos que su autoestima ha aumentado.

Finalmente, la última hipótesis propuesta “Se considera que la Expresión corporal dentro de la asignatura de Educación Física potencia, mejora o favorece en cada alumno la creatividad, las habilidades sociales, las actitudes y los valores positivos personales de manera tanto individual como grupal” también se considera verdadera. Como podemos ver en los resultados obtenidos, la creatividad es un aspecto que aflora en torno a la danza y la expresión corporal en general, por lo que inevitablemente se potencia y se desarrolla cuando llevamos a cabo actividades de esta índole. Además, las danzas son actividades grupales teniendo como objetivo la armonía del conjunto de personas que lo desarrollan para conseguir los mejores resultados. De esta manera, se hacen cruciales las habilidades sociales y las interacciones interpersonales.

5. Resultados y conclusiones

Una vez llevada a cabo esta secuencia didáctica podemos analizar realmente cuales son los puntos débiles y los puntos fuertes de la misma. Por un lado, hemos obtenido resultados satisfactorios en relación con los objetivos que habíamos planteado. El alumnado ha acogido muy bien esta actividad y ha disfrutado, viviendo de una manera sustancial el sentido lúdico de la misma. Asimismo, hemos conseguido que el alumnado se desinhiba y rompa esa barrera hacia la expresión del propio cuerpo delante de otras personas. Igualmente, hemos hecho visibles valores culturales y, sobre todo, valores de igualdad y de respeto, desechando actitudes sexistas y xenófobas.

Por otro lado, entre los puntos débiles nos podemos encontrar con la ardua preparación que deben de tener los docentes para poder llevar a cabo estas actividades. No solo en relación con la dificultad presente en las danzas y en sus pasos, ya que hay que aprendérselos de memoria para poder enseñárselos a los alumnos. Sino que también, se hace complicada la intervención docente en relación con la interacción con los alumnos. Este tipo de actividades de expresión corporal es una de las más costosas de trabajar en el área de Educación Física, porque no solo se ve implicado el canal motriz, sino que también está tremendamente implicado el canal emocional. De esta manera, la dificultad observada se encuentra a la hora de intentar potenciar la creatividad del alumnado al mismo tiempo que les hacemos sentir cómodos y seguros. Por lo tanto, la personalidad y actitud del maestro frente a estos contenidos es decisiva, debido a que debe actuar con total naturalidad y espontaneidad, siendo siempre un guía para su estudiantado.

En suma, podemos decir que la expresión corporal, dentro del área de Educación Física, ha sido, durante muchas décadas, el contenido olvidado por su dificultad e implicación por y para el docente. Sin embargo, es un contenido, como hemos visto, que desarrolla al individuo a todos los niveles y, sobre todo, ayuda al individuo a desarrollarse y a evolucionar en algunos aspectos a los que no todos los contenidos pueden llegar. La autoestima y la confianza en sí mismos son aspectos cruciales en la personalidad del alumnado, pero principalmente, son rasgos que favorecerán al individuo en un largo plazo de tiempo. De igual manera, hemos podido comprobar que las danzas tienen beneficios a nivel individual, pero, a su vez, a nivel grupal, desarrollando habilidades de comunicación y potenciando valores como el respeto y la igualdad, de acercamiento a otras etnias y culturas.

6. Bibliografía

- Alonso, CM, Gallego, DJ, y Honey, P. (1997). *Los estilos de aprendizaje: Procedimientos de diagnóstico y Mejora*. Bilbao, España: Mensajero. Pág. 48.
- Bellido Muñoz, I. M., (2010). Los métodos en Educación Física. Revista para profesionales de la enseñanza: *Temas para la educación*. Nº 11, 101.
- Blázquez, D. (1982). Elección de un método en educación física: las situaciones-problema. *Apunts Medicina de l' Esport (Castellano)*, 19(074), 91-99.
- Brikman, L. y Yantorno, N. (coords.) (2006) *En movimiento la vida continúa*. Buenos Aires: Dunken.
- Castillo Viera, E., y Rebollo González, J. A. (2009). Expresión y comunicación corporal en Educación Física.
- Castro, J. P., y Otegui, A. U. (2012). Expresión Corporal y danza dentro de la Educación Física en las escuelas: propuesta de una unidad didáctica. *Lecturas: Educación física y deportes*, (167), 4-13.
- Cazau, P. (2004). Estilos de aprendizaje: Generalidades. *Consultado el*, 11(11), 2005.
- C.E.I.P Juan de Herrera (2019). Proyecto educativo del Centro. Documento presentado en el Colegio Público Juan de Herrera, Maliaño, Cantabria.
- Checa, M., Garófano, V.V. Caveda, J.C. (1997). *Desarrollo de la Expresividad Corporal*. Ed. INDE: Barcelona.
- Chen, W. y Cone T. (2003) Links Between Children's Use of Critical Thinking and an Expert Teacher's Teaching in Creative Dance. *Journal of Teaching in Physical Education* (22), 53-60pp.
- Coterón López, J., y Sánchez Sánchez, G. (2013). Expresión Corporal en Educación Física: bases para una didáctica fundamentada en los procesos creativos. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (24),117-122. [fecha de Consulta 11 de abril de 2020]. ISSN: 1579-1726. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3457/345732290025>

- Decreto 27/2014, de 5 de junio, que establece el currículo de Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Cantabria. (junio de 2014). Boletín Oficial de Cantabria (BOC) NÚM. 29, 1507- 1937. Santander.
- Delgado, M. A. (1991). Los estilos de enseñanza en la Educación Física. Propuesta para una Reforma de la Enseñanza. Granada: ICE de la Universidad de Granada.
- Delgado, M. A. (1994). Los métodos didácticos en la Educación Física.
- Fundamentos de Educación Física para educación Primaria. Barcelona: Inde.
- García Ruso, H. M^a. (1997). La danza en la escuela. *Barcelona: Inde*.
- Gómez Rijo, A. (2010). El alumnado como constructor de su propio aprendizaje en el área de Educación Física.
- Gregorio, V. y Cols. (2010) La danza en el ámbito de educativo. Retos. *Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y recreación* 2010, N° 17, 42-45pp.
- Gruppe, O. (1965). El problema de una ciencia o de una teoría científica de la educación física. En *Estudios sobre una teoría pedagógica de La educación física*. Instituto Nacional de Educación Física, Madrid, 1976.
- Guillamón, A. R., Cantó, E. G., y Soto, J. J. P. (2019). Métodos de enseñanza en Educación Física: desde los estilos de enseñanza hasta los modelos pedagógicos. *TRANCES. Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud*, (1), 1-30.
- Gutiérrez López, J. (Universidad de Cantabria) Educación Física: Desarrollo de las Habilidades Motrices y Acondicionamiento Físico.
- Martínez Arnosi, R. (2012). La danza en la escuela (Trabajo de Fin de Grado).
- Mosston, M. (1978). La enseñanza de la Educación Física. Del comando al Descubrimiento. Citadas por Delgado, MA (1992). *Los estilos de Enseñanza en la Educación Física*.
- Learreta, B. (coord.), Sierra, M. A, y Ruano, K. (2006). *Didáctica de la expresión corporal. Talleres monográficos*. Barcelona: INDE.
- Rodríguez, B. (11 de mayo de 2012) Danzas del mundo [Begodanzas]. Lardero: La Rioja. Recuperado de: <https://danzasdelmundo.wordpress.com/>

- Saénz-López, P. (1997). Educación física y su didáctica. Wanceulen. Sevilla.
- Sánchez Bañuelos, F. (1984). Bases para una didáctica de la educación física y el deporte. *Gymnos, Madrid*.
- Sánchez, G. (2008) La poética del movimiento corporal, en G. SÁNCHEZ et al. *El movimiento expresivo*. Salamanca: Amarú, 633-638.
- Zafra-Torres, A. S. (2015). La importancia de la expresión corporal en educación primaria.